

## **Gemüse Schaumomelette**

### Zutaten:

4 Eier  
Salz  
150 g Sahnejoghurt  
150 g Mehl  
½ TL Backpulver  
100 ml Milch  
100 ml Mineralwasser mit Kohlensäure  
1 Tomate  
1 Frühlingszwiebel  
1 kleine Dose Gemüsemais  
Butterschmalz  
50 g geriebener Käse

### Zubereitung:

Eier trennen, Eiweiß mit einer Prise Salz steif schlagen. Eigelb mit Joghurt und ½ TL Salz verrühren. Mehl und Backpulver mischen und mit Milch und Mineralwasser unter die Eigelbmasse rühren. Zum Schluss Eischnee unterziehen.

Tomate und Frühlingszwiebel putzen, fein würfeln, beides mit dem abgetropften Mais mischen.

Eine Pfanne 24 cm auf den Navigenio stellen. Auf Automatik „A“ schalten, Audiotherm aufsetzen und drehen, bis das Bratfenster erscheint. Sobald der Audiotherm signalisiert, dass das Bratfenster erreicht ist, ca. 1 TL Butterschmalz in die Pfanne geben, ebenso ¼ vom Teig und Gemüse Mischung und Käse.

Pfanne auf feuerfester Unterlage stellen, Navigenio überkopf auflegen und Omelette auf kleiner Stufe ca. 3 Minuten hellbraun backen, Omelette herausnehmen und warm halten.

Pfanne auf den NAVigenio stellen und auf Stufe 6 schalten, wiederrum ¼ Teig und Gemüse mit Käse in die Pfanne geben. Pfanne nach ca. 1 Minute wieder auf eine feuerfeste Unterlage stellen und Navigenio überkopf auflegen, bei kleiner Stufe ca. 3 Minuten fertig backen.

Restliche Zutaten genauso verarbeiten.

**Guten Appetit!**